

**PENGARUH OPTIMISME TERHADAP RESILIENSI PADA  
MAHASISWA TINGKAT AHKIR DI PONDOK  
PESANTREN PUTRI UNIT DARUSSALAM  
LIRBOYO KEDIRI**

**SKRIPSI**

**OLEH**  
**FIQHI MUKTI HIDAYATI**  
NPM. 17.06.0.0212  
NIRM. 2017.4.008.0425.1.000.173



**INSTITUT AGAMA ISLAM TRIBAKTI (IAIT) KEDIRI**  
**FAKULTAS DAKWAH**  
**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**  
**JULI 2021**

**PENGARUH OPTIMISME TERHADAP RESILIENSI PADA  
MAHASISWA TINGKAT AHKIR DI PONDOK  
PESANTREN PUTRI UNIT DARUSSALAM  
LIRBOYO KEDIRI**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada  
Institut Agama Islam Tribakti (IAIT) Kediri  
untuk memenuhi salah satu persyaratan  
dalam menyelesaikan program Sarjana Psikologi

**OLEH**

**FIQHI MUKTI HIDAYATI**

NPM. 17.06.0.0212

NIRM. 2017.4.008.0425.1.000.173

**INSTITUT AGAMA ISLAM TRIBAKTI (IAIT) KEDIRI  
FAKULTAS DAKWAH  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
JULI 2021**


**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**PENGARUH OPTIMISME TERHADAP RESILIENSI PADA  
MAHASISWA TINGKAT AHKIR DI PONDOK  
PESANTREN PUTRI UNIT DARUSSALAM  
LIRBOYO KEDIRI**

FIQHI MUKTI HIDAYATI  
NPM. 17.06.0.0212  
NIRM. 2017.4.008.0425.1.000.173

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Kediri, 29.07.2021  
Pembimbing



**(WAHYU UTAMI, M.Si., M.Psi.)**  
NIDN. 2106128901


**PENGESAHAN SKRIPSI**

**PENGARUH OPTIMISME TERHADAP RESILIENSI PADA  
MAHASISWA TINGKAT AHKIR DI PONDOK  
PESANTREN PUTRI UNIT DARUSSALAM  
LIRBOYO KEDIRI**

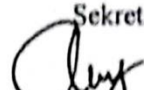
**FIQHI MUKTI HIDAYATI**  
NPM. 17.06.0.0212  
NIRM. 2017.4.008.0425.1.000.173

Telah dimunaqasahkan di depan Sidang Munaqasah  
Institut Agama Islam Tribakti (IAIT) Kediri  
Pada Tanggal,

Ketua

  
**WAHYU UTAMI, M.Si., M.PsI.**  
NIDN. 2106128901

Sekretaris

  
**ARI SUSETIYO, M.Pd.**  
NIDN. 2121058902

Tim Penguji,

1. Penguji Utama  
**AHMAD MASRUKIN, M.Pd.I**  
NIDN. 2101077501
2. Penguji I  
**WAHYU UTAMI, M.Si., M.PsI.**  
NIDN. 2106128901
3. Penguji II  
**ARI SUSETIYO, M.Pd.**  
NIDN. 2121058902

  
.....  
  
.....  
  
.....

Kediri, 11 Agustus 2021  
Dekan Fakultas Dakwah,  
  
**Dr. H. BADRUS, M.Pd.I.**  
NIDN. 2116076401



## **MOTTO**

Usiamu adalah catatan yang engkau goreskan sendiri.  
Berilah tinta emas, agar kemilaunya dikenang sepanjang masa.  
(KHR. Ahmad Azaim Ibrahim)

## PERSEMBAHAN

*Alhamdulillahirobbil 'alamin*

Syukur, tak henti ku ucapkan melalui lisan maupun rintihan hati, atas apa yang telahhamba raih hari ini kepada Engkau yang maha belas kasih, tuhan pendengar dan mewujudkan atas bisikan do'a dan ikhtiar hamba,sholawat beriring salam tercurahkan kepada Rasulullah, semoga karya tulis ini membawa keberkahan bagi penulisnya serta kebermanfaat bagi pembacanya,

Ku persembahkan kepada:

2 insan pendukung setiaku bukan kyai maupun wali namun doanya selalu mengalir seperti aliran darah dinadi yang mampu memicu semangatku untuk mempersembahkan karya tulis ini terimakasih mamak bapak, selanjutnya adik-adikku dan abangku serta seluruh keluargaku, terimakasih telah memberikan semangat dan do'a, *alhamdulillah* kini telah diijabah oleh yang maha bijaksana.

Sahabat-sahabatku dekat disini maupun yang jauh disana, teman-teman sekelas Psikologi Islam, teman-teman sekelas MIU Putri, teman-teman seangkatan DS17, teman-teman alumni PPTQ AL-HISA, serta seluruh pihak yang berperan dalam penelitian ini, trimakasih atas dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi.

## KATA PENGANTAR

### *Bismillahirrohmanirrohim*

*Alhamdulillahirobbil 'alamin*, puji syukur tidak terhingga hamba haturkan kepada Engkau Allah Subhanahu Wa Ta'ala, yang telah meridhoi skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik, yakni skripsi “Pengaruh Optimisme Terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri. Sholawat beriring salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabiullah Muhammad SAW.

Skripsi ini tercipta karena sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar sarjana Psikologi Islam di Institut Agama Islam Tribakti Lirboyo Kediri, dalam penyelesaiannya tentu terbentuk atas motivasi, do'a, dorongan, bimbingan serta arahan dari berbagai pihak, maka dari itu penulis dalam kesempatan ini berterimakasih sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak KH. Kafabihi Mahrus selaku Rektor Institut Agama Islam Tribakti (IAIT) Lirboyo Kediri.
2. Bapak Dr. H. Badrus, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Tribakti (IAIT) Lirboyo Kediri, beserta jajaran Dekanat Fakultas Dakwah IAIT Lirboyo Kediri.
3. Ibu Wahyu Utami, M.Si, M.Psi, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, masukan selama proses pembuatan skripsi ini, sehingga skripsi ini terselesaikan.
4. Segenap dosen pengajar fakultas Dakwah, yang telah memberikan ilmu, arahan, bimbingan, dan motivasi hidup.
5. Bapak KH. Ahmad Mahin Thoha, selaku pengasuh Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri, serta seluruh dzuriyah P3DS.
6. Segenap mustahiq kelas terkhusus Bapak Faqih Fajrul Haq, bapak Sutrisno dan seluruh pengajar MIU Putri P3DS, Umi Aisyah sebagai ustadzah sorogan Al-Qur'an.
7. Kedua Orang Tua-ku, adik-adikku, abangku beserta keluargaku yang telah memberikan do'a dan dukungannya dengan ikhlas secara dzohir dan batin.

8. Ibu Irma Ni'matul Wakhidah, selaku ketua P3DS, yang telah memberikan izin terkait penyelesaian penelitian berupa skripsi ini.
9. Sahabat-sahabatku Itsna, Naqish I, Grup kamar Ashofat, teman nguliah PIDS, Apip, teman Alfath, teman-teman seperjuangan Psikologi Islam, teman-teman sekelas MIU Putri, Alumni PPTQ AL-HISA yang memberikan dukungan penuh, serta teman-teman angkatan DS17 yang telah meluangkan waktu dan informasi sehingga penelitian ini terselesaikan.

Semoga amal kebaikan berbagai pihak tersebut diterima oleh Allah SWT, *fii dunya wal akhiroh, Aamiin ya Robbal 'alamin.*

Penulis menyadari terkait skripsi ini nyaris jauh dari kata sempurna dari segi manapun, maka dari itu penulis berharap adanya kritik dan saran dari pembaca, supaya kedepannya dalam melahirkan karya ilmiah yang lebih baik lagi.



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN MOTTO .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Kegunaan Penelitian.....	6
E. Hipotesis Penelitian.....	8
F. Definisi Oprasional .....	8
G. Penelitian Terdahulu .....	9
H. Sistematika Penulisan .....	12
<b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>	<b>14</b>
A. Optimisme .....	14
1. Pengertian Optimisme .....	14
2. Ciri-ciri Optimisme .....	15
3. Aspek-aspek Optimisme .....	16
4. Faktor-faktor Optimisme.....	17
5. Optimisme dalam Perspektif Islam .....	18
B. Resiliensi.....	19
1. Pengertian Resiliensi .....	19
2. Aspek Resiliensi.....	20
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi .....	23
4. Fungsi Resiliensi .....	24
5. Resiliensi dalam Perspektif Islam .....	25

<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
A. Rancangan Penelitian .....	27
B. Populasi .....	28
C. Sampel .....	28
D. Instrumen Penelitian .....	29
E. Teknik Pengumpulan Data .....	34
F. Teknik Analisis Data .....	35
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>36</b>
A. Hasil Penelitian .....	36
1. Latar Belakang Objek .....	36
2. Penyajian Data .....	43
3. Uji Persyaratan Analisis .....	49
4. Uji Regresi Linier Sederhana .....	52
5. Uji hipotesis Optimisme .....	54
B. Pembahasan Penelitian .....	55
1. Optimisme Mahasiswa Tingkat Akhir di Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri .....	55
2. Tingkat Resiliensi Mahasiswa Tingkat Akhir di Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri .....	57
3. Pengaruh Optimisme Terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri ...	59
C. Kendala-kendala dalam Pengumpulan Data .....	61
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>62</b>
A. Kesimpulan .....	62
B. Saran .....	63
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>65</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Blue print skala 1 optimisme ( <i>try out</i> ) .....	31
Tabel 2.2 Blue print skala 2 resiliensi ( <i>try out</i> ).....	33
Tabel 4.1 Nilai Mean, Median, Modus, Range, Skor Minimum, Skor Maximum Optimisme .....	44
Tabel 4.2 Rumus Distribusi Variabel Optimisme .....	45
Tabel 4.3 Distribusi Variabel Optimisme .....	45
Tabel 4.4 Nilai Mean, Median, Modus, Range, Skor Minimum, Skor Maximum Resiliensi.....	47
Tabel 4.5 Rumus Distribusi Variabel Resiliensi .....	47
Tabel 4.6 Distribusi Variabel Resiliensi .....	48
Tabel 4.7 Uji Normalitas.....	49
Tabel 4.8 Uji Regresi Linier Sederhana.....	52
Tabel 4.9 Anova.....	53
Tabel 4.10 Uji Coeffisien.....	54

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 4.1 Diagram variabel optimisme .....	46
Gambar 4.2 Diagram Variabel Resiliensi .....	49
Gambar 4.3 Normalitas Optimisme .....	50
Gambar 4.4 Normalitas Optimisme .....	51
Gambar 4.5 Hisfogram Uji Normalitas .....	51
Gambar 4.6 Normal P-P Plot Variabel Resiliensi .....	55

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Uji Validitas Dan Reliabilitas Optimisme .....	
Lampiran 2 Uji Validitas Dan Reliabilitas Resiliensi .....	
Lampiran 3 Instrumen Optimisme .....	
Lampiran 4 Instrumen Resiliensi .....	
Lampiran 5 Skor Hasil Angket Optimisme.....	
Lampiran 6 Skor Hasil Angket Resiliensi.....	
Lampiran 7 Distribusi Kategorisasi Variabel Optimisme .....	
Lampiran 8 Distribusi Kategorisasi Variabel Resiliensi.....	
Lampiran 9 Pedoman Wawancara .....	

## ABSTRAK

FIQHI MUKTI HIDAYATI, 2021: *Pengaruh Optimisme Terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri*, Psikologi Islam, Dakwah, Dosen Pembimbing Wahyu Utami, M.Si., M.Psi.

Kata kunci : Optimisme, Resiliensi.

Berbagai tantangan dan kesulitan yang dilalui mahasiswa tingkat akhir yang tinggal dipondok pesantren adalah harus melaksanakan tugas kuliah terutama skripsi dan harus mengikut kegiatan didalam pesantren, oleh karena itu mereka membutuhkan peran resiliensi. Faktor pembangun resiliensi diantaranya adalah optimisme, Beberapa penjelasan umum mengenai peran optimisme sebagai pondasi dalam mencapai objeknya mempengaruhi kadar resiliensi pada diri seseorang. Dan dapat dikatakan semakin besar tingkat optimisme pada diri seseorang, maka semakin tinggi pula kadar resiliensinya.. Optimisme sendiri adalah semangat hidup yang tinggi dalam mencapai tujuan yang diinginkan secara optimal, selalu aktif dalam menghadapi problem akademik maupun non akademik.

Adapun rumusan masalah menghasilkan tujuan sebagai berikut ; mengetahui optimisme dan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir di Pondok Pesantren Putri Darussalam Lirboyo Kediri, serta mengetahui ada pengaruh optimisme pada resiliensi mahasiswa tingkat akhir di Pondok Pesantren Putri Darussalam Lirboyo Kediri.

Penelitian yang akan dilakukan penulis di Pondok Pesantren Putri Darussalam Lirboyo Kediri ini menggunakan jenis pendekatan kuantitatif, pada 30 mahasiswa tingkat akhir rentan usia 21-24 tahun, menggunakan teknik sampel berupa *purposive sampling*. Instrument penelitian menggunakan skala, yaitu *optimism scale*, dengan nilai reliabilitas  $\alpha = 0,911$  dan *resilience scale* dengan nilai reliabilitas  $\alpha = 0,939$ .

Hasil penelitian, (1) mahasiswa tingkat akhir yang tinggal di Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri memiliki tingkat optimisme yang sedang, (2) Mahasiswa tingkat akhir yang tinggal di Pondok Pesantren Putri Darussalam Lirboyo Kediri memiliki tingkat resiliensi yang sedang, (3) Ada pengaruh optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir di Pondok Pesantren Putri Unit Darussalam Lirboyo Kediri. yang terbukti dengan adanya pengaruh yang signifikan optimisme terhadap resiliensi. Resiliensi dipengaruhi optimisme sebesar 47,5%. Artinya semakin tinggi optimisme yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir, maka semakin tinggi pula resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir, begitu pula sebaliknya apabila optimisme rendah, maka resiliensi rendah.